

2026  
4

# ひとまる通信

地域をつなぐ・笑顔をつなぐケーブルテレビ CATV HITOMARO VISION



地域の皆さまに支えられて

ひとまるビジョン

開局  
15周年

# 開局15周年

## ありがとうございます

これからも  
よろしく願いいたします

## 感謝の大プレゼント

応募締め切り

4月21日(火)

商品画像はイメージです



独自の丸型設計で歯を一本一本包み込み、歯茎のキワにも入り込む電動歯ブラシ。プロフェッショナルタイマーや押しつけ防止センサーなどの機能も搭載されています。

A ブラウン オーラルB 電動歯ブラシ スマートシリーズ 1名様



冷たいスムージーや、温かいスープも多彩なメニューが作れるブレンダー。800Wのヒーターを搭載し、スープなどのあたたかいメニューは約90℃以上にしっかり加熱して調理します。保温機能や温めなおし機能付きで、銅に移すことなく調理可能。スムージーなどの冷たいメニューは冷たいまま仕上がります。

B シロカ ヒーター機能付ブレンダー おうちシェフ BLENDER 1名様

応募方法

- ◆氏名 ◆ご住所 ◆連絡先電話番号
  - ◆ご希望商品のアルファベットを記載
  - ◆ひとまるビジョンのサービスについての感想・要望など一言メッセージ
- を以下のメールアドレスまでご送信ください。  
[maro-tv@maro-v.jp]

※なお、当選のお知らせは弊社より連絡の上、ご自宅まで職員がお持ち致します。  
※ひとまるビジョンのサービスに加入しているお客様が対象です。同一世帯での重複申込は無効です。

## データ放送で道路カメラ・河川カメラを確認しよう!

益田川(染羽)



夜間は、画像が見えない場所もあります。

吉賀匹見線交差点



夜間は、画像が見えない場所もあります。(島根県提供)

使い方について詳しくは3Pをごらんください!

3局合同 生中継

ひとまるビジョン・サンネットにちはら・石見ケーブルビジョン  
津和野 鷲原八幡宮 流鏝馬神事

111ch 4月5日(日) 11:00~12:30



	月	火	水	木	金	土	日	
6	00	オープニング/益ます元気体操/インフォメーション/ファンカード情報(月・水・金)/歯みがきソング「しゃかしゃかしゅわしゅわ」						
	30	ひとまる情報局(前日再放送)						30
	45	高校生カケル	あつまれ! 益田っ子	湯けむり癒し旅	高校生カケル	あつまれ! 益田っ子	湯けむり癒し旅	6
7	00	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	荒磯館料理長の 手軽に	釣りしんちがい	しまね未来共創チャレンジ 「みらチャレ」	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	00	7
	30	島根県内・他ケーブル局制作番組						ひとまる情報局 週末総集編
8	30	ひとまる情報局(前日再放送)						00
	45	ふるさとますだ 今昔探訪!(再放送)	高校生カケル	子どもに贈る昔話	湯けむり癒し旅	いざ 山城	45	8
9	00	益田翔陽高校 課題研究発表会	益田高校 SSH生徒研究発表会	島根県内・他ケーブル局 制作番組	東日本大震災15年 「あの日、そして未来へ」	島根県内・他ケーブル局 制作番組	00	9
	00			輝きのキセキ ~未来を切り拓く 吹奏楽部~	島根県内・他ケーブル局 制作番組	益田市民吹奏楽団 第36回定期演奏会	00	
10	30	ひとまる情報局(前日再放送)						30
	45	島根県内・他ケーブル局制作番組						79年の歴史に幕 ありがとう小野中学校 (12日のみカープ2軍戦vs横浜(60分))
11	30	釣りしんちがい	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	荒磯館料理長の 手軽に一品	79年の歴史に幕 ありがとう小野中学校	釣りしんちがい	30	11
	00	あつまれ! 益田っ子	高校生カケル	いざ 山城	あつまれ! 益田っ子	高校生カケル	湯けむり癒し旅	00
12	15	インフォメーション						15
	20	ひとまる情報局(前日再放送)						30
	30	釣しんちがい						
13	00	東日本大震災15年 「あの日、そして未来へ」	島根県内・他ケーブル局 制作番組	益田翔陽高校 課題研究発表会	益田高校 SSH生徒研究発表会	益田市民吹奏楽団 第36回定期演奏会	00	13
	00	輝きのキセキ ~未来を切り拓く吹奏楽部~	荒磯館料理長の 手軽に一品	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	山のぼり気分	釣りしんちがい	【4・18日】 ベルガロソッかわみ ホームゲーム Vs SRC広島戦	00
14	00	ひとまる情報局(前日再放送)						00
	15	インフォメーション/ファンカード情報(月・水・金)/益ます元気体操						【11・25日】 よしだ公民館・ 地区合同発表会
15	30	高校生カケル	湯けむり癒し旅	あつまれ! 益田っ子	いざ 山城	湯けむり癒し旅	30	15
	45	あつまれ! 益田っ子	子どもに贈る昔話	高校生カケル	湯けむり癒し旅	子どもに贈る昔話	あつまれ! 益田っ子	45
16	00	島根県内・他ケーブル局制作番組						
	30	釣りしんちがい	79年の歴史に幕 ありがとう小野中学校	荒磯館料理長の 手軽に一品	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	しまね未来共創チャレンジ 「みらチャレ」	30	16
17	00	ひとまる情報局						00
	15	湯けむり癒し旅	高校生カケル	子どもに贈る昔話	ふるさとますだ 今昔探訪!(再放送)	あつまれ! 益田っ子	ひとまる情報局 週末総集編	15
18	00	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	しまね未来共創チャレンジ 「みらチャレ」	79年の歴史に幕 ありがとう小野中学校	釣りしんちがい	荒磯館料理長の 手軽に一品	00	18
	30	山のぼり気分	荒磯館料理長の 手軽に一品	釣りしんちがい	浮優ワンマンライブ 「うゆのうた」	山のぼり気分	30	
19	00	ひとまる情報局(当日再放送)						00
	15	インフォメーション/ファンカード情報(月・水・金)/歯みがきソング「しゃかしゃかしゅわしゅわ」						30
20	30	益田市民吹奏楽団 第36回定期演奏会	使徒、襲来 松江一大観光地化計画	益田高校 SSH生徒研究発表会	益田市民吹奏楽団 第36回定期演奏会	東日本大震災15年 「あの日、そして未来へ」	30	20
	30	島根県内・他ケーブル局 制作番組				輝きのキセキ ~未来を切り拓く吹奏楽部~	益田翔陽高校 課題研究発表会	
21	00	ひとまる情報局(当日再放送)						00
	15	高校生カケル	あつまれ! 益田っ子	湯けむり癒し旅	あつまれ! 益田っ子	高校生カケル	ひとまる情報局 週末総集編	15
22	30	しまね未来共創チャレンジ 「みらチャレ」	山のぼり気分	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	荒磯館料理長の 手軽に一品	釣りしんちがい	00	22
	00	荒磯館料理長の 手軽に一品	釣りしんちがい	浮優ワンマンライブ 「うゆのうた」	79年の歴史に幕 ありがとう小野中学校	ご縁の国しまねプロレス ~プロレスラー・日高郁人~	00	
23	30	島根県内・他ケーブル局制作番組						00
	00	ひとまる情報局(当日再放送)						00
24	15	インフォメーション/ファンカード情報(月・水・金)						15
	25	はあぶEye						お天気スクエア
24	00	お買い物チャンネル QVC (~6:00)						24



# 4月のおすすめ番組



## 湯けむり癒し旅

料理人、川上栄治さんが益田近くの温泉を巡る新番組。  
今回は道の駅津和野温泉なごみの里でほっこりあたたまります。



- 月 17:15～
- 火 15:30～
- 水 6:45～、21:15～
- 木 15:45～
- 金 8:45～、15:30～
- 土 6:45～、12:00～
- 日 15:30～

## ご縁の国しまねプロレス～プロレスラー・日高郁人～

益田市出身のプロレスラー・日高郁人選手が主催する、「ご縁の国しまねプロレス」！ 3月21日、毎年恒例の益田大会が開催されました！  
番組では、大会当日までの舞台裏に密着し、ふるさとを盛り上げるために奮闘する日高選手の姿を、たっぷりお届けします！



- 月 7:00～、18:00～
- 火 14:30～
- 水 11:30～、21:30～
- 木 16:30～
- 金 7:00～、22:00～
- 土 18:00～
- 日 16:30～、22:00～

## テレビで河川カメラ・道路カメラを見る方法

**STEP 1** テレビのチャンネルを「ひとまるビジョン(111ch)」に合わせて、リモコンの「dボタン」を押してください。

**STEP 2-1 道路カメラ**  
リモコンの十字ボタンで画面上の「道路カメラ」を選んで「決定」ボタンを押します。

**STEP 2-2 道路カメラ**  
見たい道路カメラを選びます。決定ボタンを押すと、大画面で確認ができます。

**STEP 3-1 河川カメラ**  
リモコンの十字ボタンで画面上の「河川カメラ」を選んで「決定」ボタンを押します。

**STEP 3-2 河川カメラ**  
見たい河川カメラを選びます。決定ボタンを押すと、大画面で確認ができます。

## 益田市議会3月定例会 一般質問 再放送

112ch 8:00/10:00/12:00/14:00/16:00/18:00/20:00

【代表】	4月 1日(水)	林 卓雄	議員	4月10日(金)	福原 宗男	議員
	4月 2日(木)	河野 利文	議員	4月13日(月)	齋藤 勝廣	議員
	4月 3日(金)	寺井 良徳	議員	4月14日(火)	河本 亮	議員
【個人】	4月 6日(月)	豊田 浩	議員	4月15日(水)	永戸 明美	議員
	4月 7日(火)	高橋 伴典	議員	4月16日(木)	大賀 満成	議員
	4月 8日(水)	須藤一二三	議員	4月17日(金)	平原 祐一	議員
	4月 9日(木)	大久保五郎	議員	4月20日(月)	安達美津子	議員
				4月21日(火)	阿知波武雄	議員



CARPTIMESファーム・リーグ  
中継ダイジェスト



VS横浜 11日 土 11:00～、16:00～  
12日 日 10:30～

料金表一覧

ケーブルテレビ



アンテナ不要で、  
外観スッキリ!!

ケーブルテレビ初期加入料 5,500円(税込)

※初期費用として別途工事費が必要です。ケーブルテレビの初期工事は認定工事店が行います。

<CATV月額基本料金>

プラン	サービス内容	月額料金(税込)
<b>セット割</b> 対象プラン BSCSプラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>地上デジタル放送(県内局+山口朝日)</li> <li>益田市民チャンネル</li> <li>BSデジタル放送</li> <li>BSデータ放送</li> <li>CSデジタル放送</li> </ul>	4,180円
BSプラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>地上デジタル放送(県内局+山口朝日)</li> <li>益田市民チャンネル</li> <li>BSデジタル放送</li> <li>BSデータ放送</li> </ul>	2,750円
基本プラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>地上デジタル放送(県内局+山口朝日)</li> <li>益田市民チャンネル</li> </ul>	1,650円

<オプションサービス月額料金>

サービス内容	月額料金(税込)
プラスオプション ・BS4K放送	550円/台

※BS放送、CS放送の番組は、STB(専用デジタルチューナー)を通してのご視聴となります。  
※BSプラン、BS+CSプランの月額料金にSTB1台貸与の料金が含まれております。  
(2台目以降、STB貸与につきましては、月額1,100円(税込)/台、発生いたします。)  
※NHK、NHK-BSの受信料は含まれておりません。

<有料チャンネル月額料金>

カテゴリー	チャンネル名	月額料金(税込)
BSデジタル	WOWOW	2,530円
	BS10プレミアム	1,980円
スポーツ	J SPORTS 4	1,430円
映画	東映チャンネル	1,650円
エンターテイメント	グリーンチャンネルHD・2HD	1,100円
	フジテレビNEXT	2,360円
ドラマ	衛星劇場HD	1,980円
その他	ゴールデンアダルトセット	3,300円
	(レインボーチャンネルのみの場合)	2,530円

光インターネット



低額から始められる、  
高速光通信!!

光インターネット初期加入料 22,000円(税込)

※初期費用として別途工事費が必要です。割引キャンペーン中

<光インターネット月額基本料金>

プラン	サービス内容	月額料金(税込)
ひとまるギガ	最大通信速度 1Gbps ★ベストエフォート型	5,940円 ※BSCSプラン ご加入の方は5,390円
100Mプラン	最大通信速度 100Mbps ★ベストエフォート型	5,500円 ※BSCSプラン ご加入の方は4,950円
30Mプラン	最大通信速度 30Mbps ★ベストエフォート型	3,960円 ※BSCSプラン ご加入の方は3,410円
8Mプラン	最大通信速度 8Mbps ★ベストエフォート型	3,080円 ※BSCSプラン ご加入の方は2,530円

※料金は、回線使用料とプロバイダ料、モデムレンタル料のすべてを含んだ料金です。  
★ベストエフォート型は、回線の混雑状況や通信環境などにより、実際の通信速度は変化します。

<オプションサービス月額料金>

サービス内容	月額料金(税込)
無線オプション Wi-Fi無線ルーターレンタル	550円/台



BS・CSプランと  
インターネットに  
ご加入のお客様

550円(税込)OFF!!

※両プラン同一名義・口座をご利用の場合のみ適用。

チャンネル一覧

カテゴリー	リモコン番号	チャンネル名	BSCSプラン	BSプラン	基本プラン	
地上デジタル	011	NKT 日本海テレビ	HD	★	◆	
	021	NHK Eテレ	HD	★	◆	
	031	NHK 総合	HD	★	◆	
	051	yab 山口朝日放送	HD	★	◆	
	061	BSS 山陰放送	HD	★	◆	
	081	TSK 山陰中央テレビ	HD	★	◆	
益田市民チャンネル	111	ひとまる地域情報チャンネル	HD	★	◆	
	112	ひとまる地域開放チャンネル		★	◆	
BSデジタル	101	NHK BS	HD	★	◆	
	141	BS 日テレ	HD	★	◆	
	151	BS 朝日	HD	★	◆	
	161	BS-TBS	HD	★	◆	
	171	BS テレ東	HD	★	◆	
	181	BS フジ	HD	★	◆	
	191	WOWOW プライム	HD		有料	
	192	WOWOW ライブ	HD	有料	有料	
	193	WOWOW シネマ	HD			
	200	BS10	HD	★	◆	
	201	BS10プレミアム	HD	有料	有料	
	211	BS11	HD	★	◆	
	222	BS12トゥエルビ	HD	★	◆	
	231	放送大学テレビ	HD	★	◆	
232	HD		★	◆		
BS4K	265	BSよしもと	HD	★	◆	
	101	NHK BS プレミアム4K				
	141	BS日テレ 4K				
	151	BS朝日 4K				
	161	BS-TBS 4K				
	171	BSテレ東 4K				
スポーツ	181	BSフジ 4K				
	530	J SPORTS 3	HD	★		
	531	J SPORTS 1	HD	★		
	532	J SPORTS 2	HD	★		
	533	J SPORTS 4	HD	有料		
	534	スカイA	HD	★		
	535	GAORA SPORTS	HD	★		
	536	日テレG+	HD	★		
	537	ゴルフネットワーク	HD	★		
	538	スポーツライブ+ <b>新登場</b>	HD	★		
	映画	550	チャンネル NECO	HD	★	
		552	日本映画専門チャンネル	HD	★	
		556	ムービープラス	HD	★	
		564	東映チャンネル	HD	有料	
音楽		570	スペースシャワーTV	HD	★	
		574	歌謡ポップスチャンネルHD	HD	★	
アニメ	581	キッズステーション	HD	★		
	582	アニマックス	HD	★		
エンターテイメント	513	フジテレビ NEXT	HD	有料		
	514	フジテレビ ONE	HD	★		
	515	フジテレビ TWO	HD	★		
	525	女性チャンネルLaLaTV	HD	★		
	562	TBS チャンネル 2	HD	★		
	565	TBS チャンネル 1	HD	★		
	566	テレ朝チャンネル 1	HD	★		
	567	日テレプラス	HD	★		
ドラマ	548	チャンネル銀河	HD	★		
	551	ファミリー劇場	HD	★		
	553	時代劇専門チャンネル	HD	★		
	555	スーパー!ドラマTV HD #海外ドラマ☆エンタメ	HD	★		
	563	衛星劇場HD	HD	有料		
	568	ホームドラマチャンネルHD	HD	★		
ドキュメンタリー	596	ディスカバリーチャンネル	HD	★		
	597	アニマルプラネット	HD	★		
	598	ヒストリーチャンネル	HD	★		
ニュース・経済	594	TBS NEWS	HD	★		
	595	テレ朝チャンネル 2	HD	★		
	704	ウェザーニュース	HD	★	◆	
	590	日経CNBC HD	HD	★		
趣味・娯楽	592	CNNj	HD	★		
	541	釣りビジョン	HD	★		
	522	MONDO TV	HD	★		
	524	囲碁・将棋チャンネルHD	HD	★		
	820	グリーンチャンネルHD	HD	有料		
	821	グリーンチャンネル2HD	HD	有料		
ショッピング	509	ジュエリー☆GSTV	HD	★		
	516	ショップチャンネル	HD	★	◆	
	517	QVC	HD	★	◆	
ゴールデンアダルトセット	961	レインボーチャンネルHD	HD			
	962	ミッドナイト・ブルー	HD	有料		
	963	パラダイステレビHD	HD			

HD HD配信チャンネル

**ひとまるFANカード**  
加盟店紹介  
社名は50音順です  
FANカード加盟店CM 月・水・金  
6:15~、12:35~、15:20~、19:20~、23:20~

**いままや電器**  
特典  
●商品購入で粗品プレゼント  
TEL 0856-22-0094

**須藤建材株式会社**  
特典  
●お見積り無料  
●記念品進呈  
TEL 0856-22-3290

**TAKAHASHI KENSETSU**  
特典  
●グラントワ内、ミュージアム  
ショップコンアモールでのお  
買い物 5%OFF  
TEL 0856-23-2344

**北陽電気工事株式会社**  
特典  
●お見積り時に粗品進呈  
TEL 0856-22-0849